



Pasta mit Hähnchenspießchen

und Tomaten-Haselnuss-Pesto



20-30min



3-4 Personen

Schon im alten Rom aß man Brot gerne mit einer würzigen Paste, die dem klassischen Pesto rosso ähnlich war. Unsere Pesto-Variante ist dank getrockneter Tomaten fruchtig und aromatisch zugleich und passt wunderbar zur lecker-geschmeidigen Pasta, frisches Basilikum rundet den Reigen geschmackvoll-duftig ab. Mit den zarten Hähnchenspießchen ein schneller, köstlicher Genuss!

Was du von uns bekommst

- 500g Spaghetti 1
- 2 Packungen Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 3 Packungen getrocknete Tomaten
- 2 Päckchen blanchierte Haselnusskerne ¹⁵
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- 8 Schaschlikspieße
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer keine Schaschlikspieße hat, kann die Fleischstücke auch einfach so in der Pfanne braten.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 849kcal, Fett 29.1g, Kohlenhydrate 94.2g, Eiweiß 48.2g



1. Spieße vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Das **Fleisch** trocken tupfen, in 1-2cm große Würfel schneiden und in einer Schüssel mit 1-2EL Olivenöl sowie der **Gewürzmischung** vermengen. Die **Fleischstücke** auf 8 Schaschlikspieße ziehen und bis zum Braten beiseitestellen.



2. Pesto vorbereiten

Die **getrockneten Tomaten** grob zerschneiden. Die **Haselnüsse** grob hacken. Den **Käse** fein reiben. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln.



3. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und warm halten.



4. Pesto zubereiten

Inzwischen die **getrockneten Tomaten**, die **Haselnüsse**, den **Käse** und den **Knoblauch** mit ca. **70ml Pastawasser** und 1-2EL Olivenöl in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Spieße braten

Die **Hähnchenspieße** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in ca. 8Min. rundum goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



6. Basilikum schneiden

Die **Basilikumblätter** abzupfen und in sehr feine Streifen schneiden. Die **Pasta** mit dem **Pesto** und dem **Basilikum** vermengen, dabei nach Bedarf etwas **Pastawasser** hinzugeben, sodass die **Pasta** vollständig mit der **Sauce** bedeckt ist. Die **Hähnchenspieße** auf der **Pasta** anrichten und servieren.